

A ESCOLA PROMOVENDO HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS: PROPOSTA DE ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

CRISPIM, Nara Rúbia Diniz^{1,2}, **FIDELES**, Mariana Cândido^{1,3}, **MARTINS**, Karine Anusca^{4,5}; **SOUSA**, Lucilene Maria^{4,6}, **MONEGO**, Estelamaris Tronco^{4,7i}

Palavras-chave: promoção de alimentação saudável; educação alimentar e nutricional; atividades; escolares

1 INTRODUÇÃO

A escola é um espaço importante para o desenvolvimento de um programa de educação para a saúde. Distingue-se das demais instituições por oferecer a possibilidade de educar por meio da construção de conhecimentos resultantes dos saberes científicos veiculados pelas diferentes disciplinas e aqueles trazidos pelos alunos e seus familiares e que expressam crenças e valores culturais peculiares (BRASIL, 2009; TULER SOBRAL; SANTOS, 2010)

O conhecimento sobre as ações de alimentação saudável e nutrição na escola, as iniciativas que promovam hábitos alimentares saudáveis e o estímulo à participação da comunidade escolar (estudantes, família, professores e funcionários) na elaboração das estratégias são medidas importantes para a implementação e efetividade do Programa Saúde na Escola (PSE) (BRASIL, 2008). O PSE trata de uma parceria entre os setores de Educação e Saúde com o objetivo de se ampliar na construção de territórios, comunidades e escolas mais saudáveis (BRASIL, 2009),

A inclusão de modalidades didáticas diversificadas para promover hábitos alimentares saudáveis e empregadas como instrumento de ensino, permite ao professor atender a situações específicas dentro do processo de ensino-aprendizagem. As atividades lúdicas utilizadas de forma crítica e criativa tornam-se um rico e interessante material didático que dão oportunidade ao professor de ampliar sua ação educativa (REIS, 2001).

Atualmente tem se falado muito sobre a importância da educação alimentar e nutricional nas escolas a fim de se promover hábitos alimentares saudáveis nas escolas para que estes se expandam até o ambiente familiar, porém pouco se conhece sobre ações que promovam e enfatize a alimentação saudável nas escolas, o que é de extrema

importância, a fim de se planejar atividades pedagógicas para se promover este tema (IULANO, 2008).

2 OBJETIVOS

Propor estratégias de promoção à alimentação saudável dirigidas aos estudantes, professores, manipuladores de alimentos e família de escolas municipais de Aparecida de Goiânia participantes do Programa Saúde na Escola.

3 METODOLOGIA

A criação de estratégias para a promoção da alimentação saudável (PAS) no ambiente escolar seguiu distintas etapas:

I) Diagnóstico da condição de trabalho e estrutura física em quatro escolas municipais de Aparecida de Goiânia participantes do Programa Saúde na Escola, no sentido de contribuir para a identificação de necessidades locais para incorporar práticas de PAS no ambiente escolar, em conjunto com os administradores das escolas; II) Revisão bibliográfica para conhecer e compreender os conteúdos abordados como hábitos alimentares saudáveis; III) Elaboração dos instrumentos para promover a alimentação saudável dirigidos aos estudantes, professores, manipuladores de alimentos e família; IV) Apresentação das estratégias aos administradores das escolas com a ideia de avaliar a proposta e implementar o projeto.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As estratégias de promoção da alimentação saudável e nutrição no ambiente escolar foram desenvolvidas para a comunidade escolar: estudantes, professores, manipuladores de alimentos e família. Para cada segmento fez-se a seguinte proposta:

a) Estudantes

Para a Educação Alimentar e Nutricional, os jogos são importantes ferramentas e com esta ideia, propôs-se aos estudantes um jogo de trilha sobre tabuleiro com questões que abordassem curiosidades sobre os dez passos para uma alimentação saudável. As peças do jogo são representadas pelos próprios alunos, com o objetivo de promover de forma divertida o aprendizado dos mesmos. O jogo deverá ser realizado num espaço extraclasse para que os estudantes sejam divididos em grupos. Este jogo conta com diversas casas numeradas e ilustradas no qual existe “casas chefes”. O estudante ao alcançá-la responderá uma questão determinada aleatoriamente no lançamento de dado com auxílio dos demais alunos do grupo sobre curiosidades para a adoção de hábitos

alimentares saudáveis. Os jogadores terão que percorrer toda a trilha respondendo as perguntas de forma correta para avançar no jogo. A equipe que chegar em primeiro lugar vencerá o jogo.

Essa ferramenta servirá como instrumento ao professor para abordagem do tema sobre alimentação saudável, permitindo ao aluno o exercício da reflexão, crítica e a interpretação de questões que auxiliam na fixação do conteúdo.

b) Manipuladores de alimentos

Os cuidados com a manipulação dos alimentos, higienização pessoal e prevenção de acidentes são fundamentais aos manipuladores. Nesta ótica foi proposta uma roda de conversa com estes trabalhadores (importantes atores do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE) para compartilhar questões sobre técnica dietética na arte de manipulação, higienização, armazenamento e distribuição dos alimentos, importância da higienização pessoal e da prevenção de acidentes. Durante a exposição dialogada para tornar um momento de compartilhamento de conhecimentos e de reflexão da importância de promover uma alimentação saudável, será solicitado aos participantes à customização dos aventais em *patchwork* com figuras que propiciem este olhar. A escolha do avental deveu-se por tratar-se de um acessório de proteção individual de uso diário e que permitirá refletir sobre sua forma de atuação na alimentação escolar a partir dos conhecimentos aprendidos.

c) Professores

O professor é um ator imprescindível para garantir a adoção de hábitos alimentares saudáveis pelos escolares e essa conquista pode ser alcançada por estratégias inovadoras de ensino-aprendizagem. Com a ideia de compartilhar sugestões de como promover a alimentação saudável na escola será entregue e apresentado um material intitulado como Portfólio do Professor. Este material contém documentos técnicos sobre promoção da saúde, informações e propostas de atividades como instrumento pedagógico para promover e estimular a aprendizagem sobre alimentação saudável com os alunos. A inserção desses temas como componentes transversais aos currículos pedagógicos pode dar sustentabilidade às iniciativas de educação em saúde.

d) Família

As famílias devem ser informadas das estratégias desenvolvidas pela escola para a promoção da alimentação saudável e encorajadas a participarem ativamente deste

processo. Para isso propôs-se um dia de encontro entre a família e a escola, para que possa incorporar o tema no núcleo familiar e assim assumir a co-responsabilidade neste processo e contribuir para a adoção de hábitos de vida adequados e práticas alimentares saudáveis.

5 CONCLUSÃO

Considerando que a escola deve assumir a tarefa pedagógica de promover hábitos saudáveis, seja com relação aos alunos, seja em consideração ao ambiente, aos professores e aos funcionários a proposição de novas estratégias para inserir este conteúdo de forma transversal no currículo pedagógico mostra-se uma iniciativa imprescindível. Sugere-se que as estratégias aqui apresentadas sejam implementadas nas escolas de maneira complementar entre si, além de instigar os educadores a formular novas ações/atividades, de acordo com a realidade de cada local.

REFERÊNCIAS

OMS. Organização Mundial de Saúde. Informe sobre saúde no mundo 2002: reduzir os riscos e promover uma vida saudável. Organização Mundial de Saúde, 2002.

SCHMITZ, B.A.S; RECINE E.; CARDOSO, G. T.; SILVA, J. R. M.; AMORIM, N. F. A.; BERNADON, R.; RODRIGUES, M. L. C. F. A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. **Cadernos de Saúde Pública.** Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, p.312-322, 2008.

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. **Manual para Escolas:** A Escola promovendo hábitos alimentares saudáveis. Brasília, 13 p., 2001.

BERNARDON, R.;SILVA, J. R. M.;CARDOSO, G. T.; MONTEIRO, R. A. ; AMORIM, N. F. A.; SCHMITZ, B. A. S. ; RODRIGUES, M. L. C. F. Construção de metodologia de capacitação em alimentação e nutrição para educadores. **Revista de Nutrição.** Campinas, v. 22, n. 3, p.389- 398, 2009.

FERNANDES, P. S.; BERNARDO, C. O.;CAMPOS, R. M. M. B.; VASCONCELOS, F. A. G. Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar de escolares do ensino fundamental. **Jornal de Pediatria.** Rio de Janeiro, v. 85, n. 4, p. 315-321, 2009.

REIS, MSA (2001). As revistas em quadrinhos como recurso didático no ensino de ciências. **Ensino em Revista**, v. 9, n. 1, p. 105-114.

BRASIL. Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. 152p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde na escola**. Brasília, 2009. 96p. (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Cadernos de Atenção Básica ; n. 24).

TULER SOBRAL, N.A.; SANTOS, S.M.C. Proposta metodológica para avaliação de formação em alimentação saudável. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 23, n.3, p.399-415, 2010.

FONTE FINANCIADORA: Ministério da Educação - Secretaria de Educação Superior: Edital PROEXT 2010 (edital nº5). Processo SIGPROJ nº. 50308.308.29851.15052010

ⁱ Acadêmica de Nutrição da Universidade Federal de Goiás¹; nara.rubia.diniz@gmail.com²; marianafideles@hotmail.com³; Docente da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Goiás⁴; karineanusca@yahoo.com.br⁵; lucilenemaria.sousa@gmail.com⁶; emonego@fanut.ufg.br⁷.